

仲間と一緒に

まずは、やさしい
ところから

テレビ電話（オンライン）挑戦してみませんか

～シニアの世代の会話や活動をより豊かに～

長引く with コロナ生活。遠方の家族や友人と連絡が取りにくい日々が続いています。しばらくお休みしていた私たちの地域活動も、少しずつ手探りで再開を始めていますが、まだまだ休止中の活動が多いのが実情です。

今まで集まっていた仲間やお友達と会えなくなって、自宅にこもっていませんか？

そんな中！スマートフォン等をお持ちのシニアの皆さまの中に、テレビ電話に挑戦する方や、どうしたらできるの？と興味を持たれる方からお声をいただくようになりました。一人ではできないことも、丁寧に繰り返し教えてくださる人がいれば、新しく楽しい生活が始まります。



気になるあの人と、画面越しだけでも会ってみませんか？

●電話で聞くよりも、遠方の家族の様子ができる！

げんき～？



●入院中や施設入居中でもお互いに顔を見ることが出来る！



もうすぐ帰るからね。
会えないけど待っててね。

●新しい挑戦で脳が刺激される！

昭和歌謡が
聴けるのよ



●新しい楽しみが見つかるかも！？



あら、かわいらしい
猫ちゃんね

裏面に
続く

栗木台地域包括支援センターでは、神奈川県モデル事業を活用して、プロの方の応援やタブレットを使用して、地域活動での体験やレクチャーを始めています。仕組みや操作がわからないけれど、未知なるものに触れてみたらやってよかったと感じられることは多いと思います。

世間では感染予防のために、企業・学校等で仕事や授業のオンライン活用が進んでいます。新しいことに取り組むことは、勇気がいります。どの時代にも、技術の進歩にともない、生活スタイルを変えてきた先人たちがいます。皆さまもその一人。

興味を持つことは、脳にも良い刺激になります。年齢に関係なく栗木台地域包括は応援しています！

テレビ電話/オンライン という新しい扉を開けてみませんか？



Colors, Future!
いろいろって、未来。
川崎市

いつまでも住み慣れた地域で暮らすために
地域包括支援センターへ
ご相談ください！

川崎市の委託を受けた「公的な無料の相談窓口」です。

私は**地域活動を紹介**してもらい、認知症の初期診断を受けた人が集まる会に参加しています。“交流”は**認知症の進行を遅らせる**効果があるんですよ！

包括に相談すれば、**区役所へ行かなくても介護保険の手続きができます**♪
平日は仕事があるので、土曜日に対応してもらえるのは助かります。

町会のイベントで**出前講座**をお願いしました。これからも**介護予防**の情報を活用して、元気に過ごしたいですね



包括って、生活する上で地域での必要な情報を教えてくれるんだね。

これからは施設や病院ではなく、最期まで自宅で過ごす時代だから、**医療との繋がり**も大切ね。



栗木台地域包括支援センター

電話：044-988-5160

Mail：kurigidai-h@bz04.plala.or.jp



担当地域：細山，金程，向原，栗平2丁目，栗木台，栗木，南黒川，黒川，はるひ野

担当職員： 岡崎 寸見江 小島 隆 小島 多恵 廣田 桂子 高倉 明子